

食材で意識、  
**毎日の健康。**

# ホットケーキミックスと炊飯器。 バナナチョコケーキ



## 【材料】5合炊き炊飯器1台分

ホットケーキミックス	200g
卵	1個
砂糖	50g
牛乳	½カップ
バナナ(熟したもの)	2本
板チョコレート	50g

## 【作り方】調理時間15分

(ケーキを焼く時間は入れず)

- ① チョコレートは、刻んでおく。
- ② ボウルにバナナを入れてつぶし、ふるった砂糖、牛乳、卵を加えて混ぜ合わせる。
- ③ ホットケーキミックスを入れて混ぜ、  
①のチョコレートを加えてさらに混ぜる。
- ④ 内釜に③を流し入れ、炊飯器に入れて、通常の白米モードで炊く。
- ⑤ 竹串を刺してみて、生地がついてくるようなら、再度白米モードで炊く。

※炊飯器によっては、米以外の炊飯を禁止している機種もあります。取扱説明書をご確認ください。

1/8カット分の  
エネルギー

**190**  
kcal



※写真は盛付けイメージです。